

# 9月献立表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	<b>1日</b>	<b>2日</b>	<b>3日</b>	<b>4日</b>	<b>5日</b>
	トンカツ ナポリタン 豆腐の中華風煮 パイン缶  206 kcal	フルコギ風 鶏野菜きのこ玉子焼き 煮浸し タコウィンナー キャンティチーズ  184 kcal	鶏天 フレンチサラダ 大根の味噌煮 ポムテュセス  146 kcal	豚ロース生姜焼き ポテトサラダ 切り昆布煮 半月蒲鉾 黄桃缶  154 kcal	魚の唐揚げ ミートオムレツ 五目ひじき グレープフルーツ  128 kcal
<b>7日</b>	<b>8日</b>	<b>9日</b>	<b>10日</b>	<b>11日</b>	<b>12日</b>
さわらの西京焼き 中華炒め 金平ごぼう 中華ポテト  128 kcal	カニクリームコロッケ ツナ大根 ポークチャップ 切り出しぶた リンゴダイス缶  227 kcal	鶏の唐揚げ ごま風味サラダ 茄子の味噌炒め いちご杏仁豆腐  204 kcal	千キンステーキ イカハンバーグ天 炒め煮 カニしぐれ フルーツMIX缶  176 kcal	メンチカツ 酢味噌和え 焼きそば ミカン缶  212 kcal	麻婆豆腐 かき揚げ いじり ウィンナー オレンジ  209 kcal
<b>14日</b>	<b>15日</b>	<b>16日</b>	<b>17日</b>	<b>18日</b>	<b>19日</b>
いか天ぷら ひじきの炒め煮 酢豚 FB華詞 マンゴープリン  198 kcal	エビフライ 海藻サラダ 切干大根の炒め煮 タコ焼き  155 kcal	焼き肉 もちサクポテト 切り昆布の煮物 半月蒲鉾 黄桃缶  228 kcal	ヒレカツ 煮玉子 レンコン金平 リンゴダイス缶  177 kcal	ハンバーグ カレー おかか煮 タコウィンナー パイン缶  234 kcal	サバの塩焼き ソテー 田舎煮 中華ポテト  141 kcal
<b>21日</b>	<b>22日</b>	<b>23日</b>	<b>24日</b>	<b>25日</b>	<b>26日</b>
 敬老の日	秋分の日	チーズインメンチカツ ポテトサラダ 春雨の中華炒め フキもちーな(いちご)  236 kcal	鶏の唐揚げ 梅風味サラダ キーマカレー 切り出し豚 マンゴープリン  207 kcal	やわらかササミフライ ナムル風 ツナじゃが煮 いちご杏仁豆腐  135 kcal	イカ野菜カツ 和風サラダ 豚肉の生姜焼き 花詞 タコ焼き  250 kcal
<b>28日</b>	<b>29日</b>	<b>30日</b>	 		
チーズonハムカツ マカロニサラダ ネミソース煮 カニしぐれ ミカン缶  215 kcal	赤魚のみりん焼き 和風スパゲティ 塩きんぴら キャンティチーズ  147 kcal	ハンバーグ カニかま天ぷら 味噌炒め 切り出し豚 フルーツMIX缶  180 kcal			

☆仕入れの都合により献立を変更する場合がございます。ご了承下さい



\*ライスの分100gで167kcalをプラスしてください。

株式会社 ハローランチサービス  
☎(554)1612 FAX(553)7959